

令和3年度 女子卓球部 活動予定表

5 月

日	曜	主な行事予定	部活動	活動内容	活動場所	活動時間	完全下校時刻
1	土			練習	学校	9:00~12:00	
2	日			練習	学校	9:00~12:00	
3	月	憲法記念日					
4	火	みどりの日					
5	水	こどもの日					
6	木		○	練習	学校	~18:00	
7	金	▲専門委員会, 部活動中止, 水曜日の授業	×				
8	土		○	練習	学校	9:00~12:00	
9	日		○				
10	月	尿検査二次予備日	○	練習	学校	~18:00	18:00
11	火		○	練習	学校	~18:00	18:00
12	水	市中総体抽選会	○				18:00
13	木		○	練習	学校	~18:00	18:00
14	金	1年心臓病検診 8:50	○	練習	学校	~18:00	18:00
15	土		○	練習	学校	9:00~12:00	
16	日		○				
17	月	▲職員会議, 部活動中止, 清掃なし	×				
18	火	尿検査対象者のみ回収日	○	練習	学校	~18:00	18:00
19	水		○	練習	学校	~18:00	18:00
20	木		○	練習	学校	~18:00	18:00
21	金		○	練習	学校	~18:00	18:00
22	土		○	練習	学校	9:00~12:00	
23	日		○				
24	月		○	練習	学校	~18:00	18:00
25	火	中央委員会	○	練習	学校	~18:00	18:00
26	水	▲学年部会,	×				
27	木	全国学力・学習状況調査	○	練習	学校	~18:00	18:00
28	金		○	練習	学校	~18:00	18:00
29	土		○	練習	学校	9:00~12:00	
30	日		○				
31	月	1・3年前半歯科検診9:00, 校友会総会	○	練習	学校	~18:00	18:00

部活動全体の約束

- ・部活動開始のミーティング前に顧問の先生に「部活動活動前チェックリスト」を記入し提出しよう。
- ・活動の前後に手洗いをしましょう。
- ・活動中にマスクをつけることも可能ですが、熱中症などに気をつけて水分補給もしよう。

主な活動内容

フォアとフォア
逆サイドフォアとフォア
逆サイドフォアとバック
ドライブとフォアブロック
ドライブとバックブロック
バックサイド ツッツキとツッツキ ショートとロング
下回転サーブからツッツキとドライブとブロック
3球目攻撃 など

感染拡大を防ぐ工夫

- ・検温表での体温チェック
- ・窓を開けての練習
- ・手洗いとうがい